24.013 Šalát mrkvový s citrónom
100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
mrkva	5,00	4,00	8,00	6,40	8,00	6,40	11,00	8,80
citróny	0,70	0,28	0,80	0,32	0,80	0,32	1,20	0,48
cukor kryštálový	0,30	0,30	0,45	0,45	0,45	0,45	0,60	0,60
soľ	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02	0,03	0,03
voda	1,00	1,00	1,20	1,20	1,20	1,20	1,50	1,50
hmotnosť porcie v g	50		75		75		100	

Receptúra

Výrobný postup
Očistenú, umytú mrkvu postrúhame, zalejeme nálevom z vody, cukru, soli a citrónovej šťavy.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	131	31	0,42	0,1	0,0	6,1	1,5	19,7	0,7	0,83	0,0	0,0	3,6	0,0
B	200	48	0,66	0,2	0,0	9,4	2,4	30,8	1,2	1,34	0,0	0,0	5,2	0,0
C	200	48	0,66	0,2	0,0	9,4	2,4	30,8	1,2	1,34	0,0	0,0	5,2	0,0
D	273	66	0,91	0,2	0,0	12,8	3,3	42,4	1,6	1,84	0,1	0,1	7,3	0,0